



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Essi Fonsén & Henni Tanila

SOSIAALINEN MEDIA JA NUORTEN MINÄKUVA

Sosiaali- ja terveysala
2018

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Essi Fonsén ja Henni Tanila
Opinnäytetyön nimi	Sosiaalinen media ja nuorten minäkuva
Vuosi	2018
Kieli	suomi
Sivumäärä	40 + 2 liitettä
Ohjaaja	Suvi Kallio

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää millaisena nuoret 9.-luokkalaiset tytöt ja pojat kokevat oman minäkuvansa ja miten sosiaalinen media on yhteydessä nuorten minäkuvaan. Tutkimuksen tavoitteena oli saada lisää tietoa nuorten sosiaalisen median käytön ulottuvuuksista ja sen mahdollisista vaikutuksista heidän elämänsä. Tutkimuksessa haluttiin nostaa esille erityisesti tyttöjen ja poikien väliset erot sekä sosiaalisen median vaikutus minäkuvaan. Tutkimuksen konkreettisena tavoitteena oli tuottaa lisää tietoa nuorten parissa työskenteleville.

Teoreettisessa viitekehyksessä käsitellään sosiaalista mediaa, minäkuva ja nuoruutta. Tutkimus toteutettiin Vaasan Merenkurkun yläasteella ja tutkimuksen kohderyhmän muodostivat 9.-luokkalaiset nuoret, sekä tytöt että pojat. Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena tutkimuksena ja aineisto kerättiin vain kerran, joten kyseessä oli poikittais tutkimus. Aineisto analysoitiin SPSS-tilasto-ohjelmalla. Kyseeseen vastasi yhteensä 98 oppilasta.

Tutkimuksen mukaan nuoret kokivat minäkuvansa suhteellisen hyväksi, mutta suurin osa tytöistä muuttaisi kuitenkin jotakin ulkonäössään, jos se olisi mahdollista. Tutkimuksessa selvisi myös, että suurin osa vastaajista koki sosiaalisella mediallyalla olevan jonkinlaista vaikutusta heidän elämänsä. Johtopäätöksiä voidaan todeta, että yleisesti ottaen nuoret ovat tyytyväisiä minäkuvaansa. Tutkimuksessa huomattiin kuitenkin, että pojat kokevat minäkuvansa parempana kuin tytöt. Sosiaalisella mediallyalla on vaikutusta nuorten minäkuvaan ja vaikutus koettiin pääsääntöisesti positiivisena.

ABSTRACT

Author	Essi Fonsén and Henni Tanila
Title	Social Media and the Self-Image of Adolescents
Year	2018
Language	Finnish
Pages	40 + 2 Appendices
Name of Supervisor	Suvi Kallio

The purpose of this bachelor's thesis was to find out how young 9th grade girls and boys experience their own self-image and how social media is associated with adolescents' self-image. The aim of this study was also to get more knowledge about the dimensions of the use of social media among adolescents and the effect that social media has on the self-image of the adolescents. In this bachelor's thesis researchers wanted to bring up the difference between boys and girls and the effect that social media has on adolescents' self-image. The concrete aim of this study was to produce more information to the people who work among adolescents.

The theoretical framework of this study deals with social media, self-image and adolescence. This study was carried out in Merenkurkku junior high school in Vaasa, and the target group of the survey was 9th graders, both girls and boys. The study was carried out as a quantitative study and the material was collected only once which makes this a cross-sectional study. The material of this study was analysed with SPSS- statistical program. The study was participated by a total of 98 students.

The results show that most of the students felt their self-image was relatively good, but most of the girls would change something in their looks if possible. The study also showed that most respondents felt that social media had some effect on their lives. According to this study it can be concluded that adolescents are in general happy with their self-image. However, the research found out that boys in general had a more positive self-image than girls. Social media has an impact on the self-image of the adolescents and the effect was generally positive.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	8
2	SOSIAALINEN MEDIA	9
2.1	Sosiaalisen median kulmakivet	9
2.2	Sosiaalisen median piirteitä.....	10
3	MINÄKUVA	12
4	NUORUUS	13
4.1	Murrosikä	13
4.2	Murrosiän fyysiset muutokset	14
4.3	Murrosiän psyykkiset muutokset.....	15
5	TUTKITTU TIETO	16
5.1	Kehotyytyväisyys 13-vuotiailla tytöillä ja pojilla	16
5.2	Tyttöjen ajatuksia ulkonäöstä ja mediasta.....	16
5.3	Yläkoululaisten näkemyksiä kiusaamisesta internetissä.....	17
5.4	Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa nuorten keskuudessa.....	17
5.5	Peruskouluikäisen lapsen minäkuva ja sen yhteys tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmiin	17
5.6	Tutkimus nuorten minäkuvasta ja sosiaalisen median vaikutuksista	18
5.7	”Mä oon nyt online!” – Lasten mediaympäristö muutoksessa.....	18
6	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT	19
6.1	Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite	19
6.2	Tutkimusongelmat	19
7	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	20
7.1	Kohderyhmä ja aineiston keruu.....	20
7.2	Tutkimusmenetelmä.....	21
7.3	Aineiston analysointi	22
8	TUTKIMUSTULOKSET.....	23
8.1	Taustatiedot	23

8.2	Minäkuva.....	23
8.3	Sosiaalinen media	26
9	JOHTOPÄÄTÖKSET	32
9.1	Opinnäytetyön eettisyys	34
9.2	Tutkimuksen luotettavuus	35
10	POHDINTA.....	37
10.1	Jatkotutkimusaiheita	38
	LÄHTEET	39

LIITTEET

KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO

Kuvio 1. Sosiaalisen median kulmakivet (Haasio 2008, 156).....	10
Kuvio 2. Tyytyväisyys minäkuvaan (n=98).....	23
Kuvio 3. Itsensä vertailu muihin (n=98).	25
Kuvio 4. Minäkuvaan vaikuttavat asiat (n=261).	26
Kuvio 5. Sosiaalisen median kanavat (n=433).	27
Kuvio 6. Eri sosiaalisten medioiden seuraaminen (n=336).....	27
Kuvio 7. Sosiaalisen median vaikutus (n=98).....	28
Kuvio 8. Positiiviset ja negatiiviset vaikutukset (n=96).	29
Kuvio 9. Sosiaalisen median vaikutus elämään (N=207).	29
Kuvio 10. Todellisuus sosiaalisessa mediassa (n=98).....	30
Kuvio 11. Vanhempien tietoisuus sosiaalisen median käytöstä (n=98).....	31
 Taulukko 1. Muuttaisitko jotakin ulkonäössäsi, jos se olisi mahdollista?	24

LIITELUETTELO**LIITE 1.** Saatekirje**LIITE 2.** Kyselylomake

1 JOHDANTO

Vuonna 2017 16–24-vuotiaista suomalaisista jopa 95 % käytti internetiä useasti päivän aikana. 16–24-vuotiaista 96 % käytti internetiä yhteisöpalvelujen seuraamiseen. (Tilastokeskus 2017.) Sosiaalinen media on siis nykypäivää ja vaikuttaa suuresti lähes kaikkien jokapäiväiseen elämään. Erityisesti nuoret ovat alttiita sosiaalisen median vaikutuksille ja tämän takia asiaa haluttiin tutkia tarkemmin. Kuinka paljon ja millä tavalla sosiaalinen media vaikuttaa nuoreen? Ovatko vaikutukset positiivisia vai negatiivisia, vai kenties molempia? Minäkuva kehittyy lähes koko elämän ajan ja erilaiset kokemukset muokkaavat sitä. Kasvavassa iässä toisiin vertaileminen on tärkein prosessi minäkuvan muodostamisessa. (MLL 2010, 6–7.)

Tutkimus tuotettiin yhdessä Vaasalaisen Merenkurkun yläasteen kanssa. Tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella 9.-luokkalaisten tyttöjen sekä poikien kokemuksia minäkuvasta ja sosiaalisen median yhteyttä siihen. Tutkimuksen tavoitteena oli myös saada lisää tietoa nuorten sosiaalisen median käytön ulottuvuuksista ja sen mahdollisista vaikutuksista heidän elämäänsä. Kohderyhmä koostui 9.-luokkalaista nuorista. Tässä iässä varsinkin tyttöjen itsetunto ja tyytyväisyys omaan kehonkuvaan on alhaisimmillaan ja itsensä vertaileminen median malleihin suurimmillaan (Inkinen 2010, 4–5). Tutkijat halusivat ottaa mukaan myös nuoret pojat ja selvittää onko heidän kohdallaan tulokset samankaltaisia.

Tutkimuksen tavoitteena oli saadun tiedon avulla tuottaa nuorten kanssa työskenteleville lisätietoa yläasteikäisten sosiaalisen median käytöstä ja sen vaikutuksista nuorten terveyteen. Tutkimuksen tuloksia voidaan myös hyödyntää nuorten media-kasvatuksessa. Aiheen ajankohtaisuuden lisäksi tutkijat halusivat selvittää, onko nuorten tyttöjen ja poikien välisissä vastauksissa paljon eroja.

2 SOSIAALINEN MEDIA

Sosiaalisella mediallya tarkoitetaan internetin uusia palveluita ja sovelluksia, joissa yhdistyy käyttäjien välinen kommunikaatio ja oma sisällöntuotanto. Sosiaalisen median käyttö on yleistynyt nopeasti erilaisissa opetuksissa ja kansalaismediassa, mutta sille ei ole kuitenkaan kehittynyt vielä vakiintunutta määritelmää. (Hintikka 2008.) Vuonna 2010 kielitoimiston suosittama termi ”yhteisöllinen media” ei ole asettunut suomalaisten kielen käyttöön. Epävirallinen termi ”some” on taas yleistynyt suomen kielen sanastossa. (Honkonen & Rongas 2016.)

2.1 Sosiaalisen median kulmakivet

Sosiaalisessa mediassa sana sosiaalinen käsittää ihmisten välisen kanssakäymisen ja media taas tarkoittaa informaatiota, sekä erilaisia kanavia, joilla sitä jaetaan ja välitetään. Sosiaalisen median avulla käyttäjät voivat kommentoida, jakaa sisältöjä ja tutustua uusiin ihmisiin, eivätkä he ole vain vastaanottajan roolissa. Sosiaalisessa mediassa tapahtuva toiminta luo lisää verkostoitumista ja yhteisöllisyyttä sekä sosiaalisuutta. (Hintikka 2008.) Sosiaalisessa mediassa on kyse koko yhteiskuntaa koskevasta ilmiöstä, joka on vaikuttanut viimeisten vuosien aikana monin tavoin yhteiskuntaan ja ihmisiin (Honkonen & Rongas 2016). Kuviossa 1 esitellään sosiaalisen median kulmakivet.



Kuvio 1. Sosiaalisen median kulmakivet (Haasio 2008, 156).

2.2 Sosiaalisen median piirteitä

Sosiaalinen media sisältää monia eri ominaisuuksia ja näistä yksi on julkaiseminen ja tiedon jakaminen. Sosiaalisessa mediassa sisältö voi olla täysin julkista kaikille niin, että sitä voi käyttää kuka tahansa. Sisältöä voi kuitenkin myös rajata siten, että sen näkee vain henkilöt, joille se on suunnattu. Sisällön voi myös rajoittaa yksityiseksi ja silloin vain sisällön luoja näkee julkaisun. (Lietsala & Sirkkunen 2016, 3.) Sosiaalisen median piirteisiin voitaisiin luetella myös sen helppokäyttöisyys. Tietokoneen ja sovellusten käyttötaidot ovat kehittyneet väestössä ja tämän ansiosta myös sosiaalisen median sovellusten käyttö on lisääntynyt. Sosiaalisen median käytetyimmät sovellukset ovat helppokäyttöisiä, niiden hyödyntämiseen ei tarvita erikseen ohjeita tai kouluttautumista.

Sosiaalisen median sovelluksissa korostuu käyttäjäkeskeisyys. Pääosan sosiaalisen median sisällöistä tuottavat käyttäjät, erilaiset toimintaverkostot sekä yhteisöt. Sosiaalisen median sisältö ei ole pääsääntöisesti hallittua tai organisoitua vaikka sovellukset olisivatkin kaupallisten tahojen ja organisaatioiden luomia. Kommunikatio luetaan sosiaalisen median piirteisiin. Enemmistö sosiaalisen median palveluista

liittyy kommunikaatioon, Eli käyttäjien väliseen interaktioon. Interaktio voi olla suoraa käyttäjien välillä tai erilaisten sovellusten välittämää. Kommunikaatiosovellusten kautta sosiaalisessa mediassa muodostuu yhteisöllisyyttä ja tätä kautta erilaisia yhteisöjä. Sosiaalisessa mediassa ihmiset muodostavat erilaisia ryhmiä ja yhteisöjä erilaisten yhteisten kiinnostustenkohteiden ja mieltymysten ympärille. Yhteisössä käyttäjien on helppo jakaa omia ajatuksiaan, vaihtaa mielipiteitään sekä luoda teemoihin liittyvää sisältöä. Yhteisöllisyys on yksi sosiaalisen median ominaisuuksista. Sosiaalinen media koostuu useista erilaisista käyttäjille ilmaisista tai mainosrahoitetuista työkaluista tai sovelluksista, sovellusten tai työkalujen kehittämisen taustalla voi olla voittoa tuottamaton järjestö tai kaupallinen tahon. Palvelujen ylläpitäjät ansaitsevat tulonsa yleensä käyttäjille suunnatuista mainoksista ja mahdollisuuksista lisäominaisuuksien myyntiin.

Sosiaalinen media perustuu suurilta osin siihen, että käyttäjät luovat useimmissa sovelluksissa itselleen käyttäjäprofiilin. Profiili muodostuu yleisimmin käyttäjän valokuvasta, nimestä tai muista mahdollisista tiedoista. Sosiaalisessa mediassa käyttäjän on helppo ottaa jokin tietynlainen rooli, joka ei välttämättä vastaa lainkaan todellisuutta. Käyttäjän on helppo myös esiintyä jonain muuna kuin oikeasti on ja sähköinen profiili ei välttämättä vastaa todellisuutta. Käyttäjä voi myös luoda sosiaalisessa mediassa useampia profiileita. Sosiaalisen median tärkeä piirre on myös siellä korostuva demokraattisuus. Sosiaalisessa mediassa jokaisella käyttäjällä on mahdollisuus julkaista omia tuotoksiaan ja mielipiteitään, ja sen käyttösovelluksissa ilmenee monia avoimia yhteisöjä, joissa sen jäsenet voivat luoda itse sääntönsä ja toimintakulttuurinsa. (Opetushallitus 2017.)

On yleistä, että ihmisten verkostot ovat samat sosiaalisessa mediassa ja internetin ulkopuolella. Kuitenkin myös poikkeavuuksia löytyy. Sosiaalisessa mediassa ihmiset voivat esiintyä jonakin muuna kuin he oikeasti ovat. Siellä on myös helppo jäljitellä toimintaa, millä ei ole mitään tekemistä todellisen maailman kanssa. (Lietsala & Sirkkunen 2016, 4.)

3 MINÄKUVA

Minäkuvalla eli toisin sanoen minäkäsityksellä (Aho 2002, 18) tarkoitetaan persoonallisuuden pysyvää käsitystä itsestä (Kaisvu, Störvik-Sydänmaa, Talvensaari & Uotila 2012, 52). Ahon (1996, 9) tutkimuksiin perustuvassa kirjassa kokonaisnäkemyks minäkuvasta määrittää sen, minkälaisena yksilö pitää itseään taustaltaan, asenteiltaan, arvoiltaan, ulkonäöltään, tunteiltaan ja ominaisuuksiltaan. Minäkuva kehittyy erilaisissa vuorovaikutustilanteissa, kuten ympäristön ja tärkeiden ihmisten välisessä kanssakäymisessä. Minäkäsitys on perustana ihmisten kokemuksille, se ohjaa ihmisen toimintaa ja pitää psyykkisesti tasapainossa. (Kaisvu ym. 2012, 52.)

Minäkuva kehittyy lähes koko elämän ajan ja erilaiset kokemukset muokkaavat sitä. Kasvuikässä oleva lapsi saa jatkuvasti palautetta ympäristöstään ja ympäristö asettaa nuorelle odotuksia siitä, minkälainen hänen pitäisi olla ja minkälaiset ovat erilaiset sukupuoliroolit. Yhteiskunta muodostaa erilaisia normeja eli sääntöjä ja malleja, jotka kuvaavat esimerkiksi naisten ja miesten rooleja yhteiskunnassa. Normit luovat myös erilaisia käyttäytymismalleja ja pukeutumistyyliä. Nämä normit vaikuttavat minäkuvaan usein tiedostamatta. Näkyvissä olevat ominaisuudet, esimerkiksi sukupuoli, kasvonpiirteet, ihonväri ja pituus kuuluvat tärkeänä osana minäkuvaan. Tällöin muista poikkeavat ominaisuudet muokkaavat minäkäsitystä. Kasvuvassa iässä toisiin vertaileminen on tärkein prosessi minäkuvan muodostamisessa. Esimerkiksi luokassa tapahtuva vertailu lasten kesken vaikuttaa merkittävästi lapsen minäkäsitykseen. Myös lapsen itsetoteuttaman toiminnan tulokset muokkaavat hänen minäkäsitystään. (MLL 2010, 6–7.)

Ihmisen oma minäkäsitys kuvaa nuoren realistista käsitystä itsestään (MLL 2010, 7). Ihanneminäkäsitys taas kuvastaa sitä, minkälainen nuori haluaisi olla (MLL 2010, 7). Se toimii eräänlaisena mittapuuna ja tavoitteena, johon nuori vertaa itseään. (Aho 1996, 9). Jos nuoren oma minäkäsitys ja ihanneminäkäsitys eroavat suuresti toisistaan, saattaa se aiheuttaa nuorelle riittämättömyyden tunnetta ja masennusta (MLL 2010, 7). Mannerheimin lastensuojeluliiton (2010, 7) Terve minä- julkaisun mukaan normatiivinen minäkäsitys sisältää sen mitä muut häneltä odottavat ja minkälaisena häntä pidetään muiden silmissä.

4 NUORUUS

Nuoruuteen kuuluvat ikävuodet 12–18 ja sitä pidetään siirtymävaiheena lapsuudesta aikuisuuteen. Sukupuolikypsyys saavuttaminen on yksi keskeisistä nuoruusiässä tapahtuvista fyysisistä muutoksista. Nuoren nopea kasvu ja kehossa tapahtuvat fyysiset muutokset vaikuttavat kehonkuvaan. Murrosiän koittaessa nuori luo itselleen uuden kuvan vartalostaan, sen ominaisuuksista ja koosta. Kun murrosikä eli puberteetti alkaa, nuoren keho ja ajattelu kehittyvät myös aikuisempaan suuntaan. (Kaisvuo ym. 2012, 69.)

Nuoruusikä voidaan jakaa myös kolmeen vaiheeseen. Ensimmäinen niistä on varhaisnuoruus, joka käsittää ikävuodet 12–14. Tämän jälkeen tulee varsinainen nuoruus, joka sisältää ikävuodet 15–17. Aikaväliä täysi-ikäisyyden jälkeen ikävuoteen 22 asti, kutsutaan jälkinuoruudeksi. (Aalberg & Siimes 2007, 68.)

Kun lapsi saavuttaa nuoruuden ikäkauden, hänen tunne-elämäänsä tulee muutoksia. Haasteina nuoren psyykkisessä kehityksessä ovat sisäinen kypsyminen ja itsensä hyväksyminen. (Saarniaho 2005.) Ensimmäinen kehityksellinen tavoite, joka kuuluu nuoruuden ikäkauteen, on irrottautua vanhemmista ja oppia löytämään vanhemmat uudelleen aikuisemmalla tasolla. (Aalberg & Siimes 2007, 68.) Saarniahon (2005) mukaan nuoren suhde vanhempiin erkanee, kun taas suhde ikätovereihin muodostuu suuremmaksi. Vanhemmista erottautuminen saattaa aiheuttaa nuorelle ahdistusta, jolloin nuori kokee ikätoverinsa vielä tärkeämmäksi. Toinen kehityksellinen tehtävä on muuttuvan ruumiinkuvan ja seksuaalisuuden muodostaminen ja oman seksuaalisen identiteetin löytäminen. Kolmantena vaiheena tulee ikätoverit ja heidän apuunsa turvautuminen nuoruusiän kasvun ja kehityksen aikana. (Aalberg & Siimes 2007, 68.)

4.1 Murrosikä

Murrosiän eli puberteetin kesto on noin 2–5 vuotta. Se on sekä biologista että fysiologista kehitystä, jonka johdosta nuoresta kasvaa fyysisesti aikuinen. On yleistä, että kasvu ja kypsyminen tapahtuvat eri aikaan tytöillä ja pojilla. (Aalberg & Siimes

2007, 15.) Murrosiän alkamiseen vaikuttavat monet asiat, kuten perintötekijät, ravinto ja elämäntavat. Kaikilla nuorilla murrosiän kehitys on kuitenkin yksilöllinen. (Väestöliitto 2017.)

4.2 Murrosiän fyysiset muutokset

Tytöillä on yleistä, että niin fyysinen kasvu kuin rintojen ja sukupuolielinten kehittyminen tapahtuvat samanaikaisesti. Kun taas pojilla fyysiset muutokset jatkuvat vielä murrosiän jälkeen. Murrosiän tuomat muutokset etenevät nuorilla tavallisesti samankaltaisesti, mutta yksilöllisiä eroja muutoksissa voi ilmetä ja yleensä se johtuu perimästä. (Aalberg & Siimes 2007, 15.)

Murrosikä alkaa tytöillä yleensä rintojen kehittymisellä. Rinnat voivat olla arat ja kovat kyhmyt rinnoissa ovat merkkejä rintojen kasvun alkamisesta. Tavallisesti rintojen kehitys kestää 3–5 vuotta. Rinnat kuitenkin muuttuvat koko naisen elämän ajan, eivätkä ole koskaan täysin valmiit. Suomalaisilla tytöillä kuukautiset alkavat yleensä 10–16-vuotiaana. Kuukautisten alkamisen jälkeen nainen on lisääntymiskykyinen. Kuukautisten alkamiseen vaikuttavat perintötekijät, ravinto sekä liikunta. Rintojen kehityksen ja kuukautisten alkamisen lisäksi tyttöjen kehossa tapahtuu myös paljon muuta murrosiän aikaan. Häpykarvoitusta alkaa kasvaa yleensä sen jälkeen, kun rinnat ovat alkaneet kehittyä. Tämä tapahtuu yleensä 10–13 vuoden iässä. Lisäksi tulee kasvupyrähdys sekä tytön lantionkaari muotoutuu ja valmistautuu lisääntymistä varten. Rasvakudosta kertyy enemmän reisiin ja pakaroihin. (Väestöliitto 2017.)

9–13 vuoden iässä alkaa yleensä poikien murrosikä kivesten kasvamisella. Murrosiän alkuvaiheilla tapahtuu myös peniksen kasvu, yleensä noin vuosi kivesten kasvamisen jälkeen. Penis kasvaa puolesta vuodesta muutamaan vuoteen, jonka jälkeen se on kasvanut lopulliseen mittaansa. Tyttöjen tapaan myös pojilla kuuluu murrosikään kasvupyrähdys, mutta se tapahtuu vasta murrosiän loppupuolella. Poikien murrosiän alkamisen huomaa helposti myös äänenmurroksesta. Silloin äänihuulet kasvavat, joten ääni madaltuu. Näiden muutosten lisäksi iho- ja sukuelinkarvoitus lisääntyy ja voi tulla yöllisiä siemensyöksyjä. (Väestöliitto 2017.)

4.3 Murrosiän psyykkiset muutokset

Murrosiän aikaan nuori muuttuu paljon niin kehon, mielen kuin tunteidenkin osalta. Murrosiässä tunteet ovat usein hyvin voimakkaita ja uudenlaisia. Tunteet ja mieliala vaihtelevat ja saattavat välillä jopa rajoittaa elämistä. Murrosiän aikana muun muassa kasvun ja kehityksen keskeneräisyys voi tuskastuttaa. Lisäksi nuori haluaa itsenäistyä vanhemmistaan, mutta toisaalta se voi tuntua jo suurelta vastuulta ja suhde vanhempiin muuttuu. Nuori saattaa myös miettiä onko hän riittävän hyvä omana itsenään. (Väestöliitto 2017.)

Murrosiässä keho muuttuu ja se voi hämmentää nuoria ja olo saattaa tulla epävarmaksi. Nuoret usein vertailevat itseään muihin nuoriin ja aikuisiin etsien vastausta siihen onko oma keho normaali ja minkälainen se on. Monet kuitenkin vertailevat omaa kehoaan myös mediassa näkyviin kuviin. Monet näistä kuvista eivät ole totuudenmukaisia ja kehonkuva saattaa vääristyä. (Väestöliitto 2017.)

5 TUTKITTU TIETO

Tutkijat lähtivät hakemaan teoriatietoa erilaisista tietokannoista, kuten CINAHL, PubMed ja Medic. Näiden tietokantojen lisäksi tietoa on saatu kirjallisuudesta. Hakusanoina tietokannoissa käytettiin minäkuva, nuoret, sosiaalinen media ja keho-
tyytyväisyys.

5.1 Kehotyytyväisyys 13-vuotiailla tytöillä ja pojilla

Rantalan (2012) tekemässä pro gradu –tutkielmassa perehdytään 13-vuotiaiden tyttöjen ja poikien kokemaan kehotyytyväisyyteen ja onko ravitsemusohjauksella ollut siihen vaikutusta. Lisäksi tutkittiin myös, että onko painoindeksillä ja murrosiän kehityksellä yhteyttä kehotyytyväisyyteen. Tutkimusaineisto on kerätty STRIP-projektiin osallistuneista lapsista.

Tutkimuksessa selvisi, että 13-vuotiaista tytöistä ja pojista lähes puolet kokivat tyytymättömyyttä kehonsa kokoon. Tyttöjen ja poikien väliset tutkimustulokset eivät eronneet suuresti toisistaan. Molemmilla sukupuolilla painoindeksi vaikutti kehotyytyväisyyteen. Tutkimuksessa kävi ilmi myös, että ravitsemusohjauksella ei ollut vaikutusta painoindeksiin ja kehotyytyväisyyden väliseen yhteyteen. (Rantala 2012.)

5.2 Tyttöjen ajatuksia ulkonäöstä ja mediasta

Inkisen (2010) pro gradu –tutkielmassa perehdyttiin tyttöjen ajatuksiin ulkonäöstä ja mediasta. Tutkimukseen osallistui Järvenpääläisen yläasteen 7-9.luokkalaiset tytöt.

Tutkimuksessa selvisi, että nuoret kokivat ulkonäkönsä yksilöllisesti. Nuoret olivat sitä mieltä, että joukkoon kuuluminen on tarpeellista, mutta myös yksilöllisyys koettiin ulkonäössä tärkeäksi. Suurin osa koki ulkonäössään olevan puutteita. Ulkonäöstä puhuttaessa, korostui ongelmakohdat ja riittämättömyyden tunne. Lisäksi medialla koettiin olevan suuri vaikutus nuorten tyttöjen kauneuskäsityksiin. (Inkinen 2010.)

5.3 Yläkoululaisten näkemyksiä kiusaamisesta internetissä

Tutkimuksessa perehdyttiin yläkoululaisten näkemyksiin siitä, miten, miksi ja missä kiusaamista tapahtuu internetissä. Lisäksi haluttiin selvittää, mitä kiusaaminen voi aiheuttaa ja millä keinoin siihen voitaisiin puuttua, sekä eroavatko internetissä kiusaaminen ja kasvokkain kiusaaminen toisistaan. (Sarimaa 2015.)

Tulosten mukaan internetissä kiusaamista voi toteuttaa lähes missä vain. Yleisimpiä paikkoja kiusaamiselle ovat pelit ja sosiaalinen media. Kiusaamista on monenlaista, kuten syrjintää, juorujen levittelyä, nolaamista ja haukkumista. Tutkittavien nuorten mukaan kiusaaminen johtuu usein kiusaajan omista motiiveista. Nuoret kokivat, että kiusaamisesta kertominen esimerkiksi aikuiselle on hyvä keino puuttua siihen. (Sarimaa 2015.)

5.4 Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa nuorten keskuudessa

Kettusen (2014) pro gradu –tutkielmassa tutkittiin sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja nuorten käsityksiä ja kokemuksia siitä. Lisäksi selvitettiin millaiset nuoret osallistuvat verkkokiusaamiseen. Tutkimuksessa selvitettiin myös nuorten ajatuksia sosiaalisesta mediasta. Tutkimukseen osallistui 151 yläkoulun ja lukion oppilasta.

Tulokset kertovat, että useimmilla nuorista on kokemuksia kiusaamisesta. Tutkittavien kokemukset olivat subjektiivisia ja suurin osa nuorista kokee kiusaamisen eri tavoin. Suurin syy sille, että nuori ajautuu kiusaamisen kohteeksi, on erilaisuus ja etenkin poikkeava ulkonäkö. (Kettunen 2014.)

5.5 Peruskouluikäisen lapsen minäkuva ja sen yhteys tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmiin

Tutkimuksessa peruskouluikäiset nuoret arvioivat omaa minäkuvaansa ikäryhmittäin. Lisäksi tutkittiin tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmien yhteyttä lasten minäkuvaan. (Ylihärsilä 2014.)

Tutkimuksessa selvisi, että tytöt arvioivat oman minäkuvansa myönteisemmin kuin pojat. Tytöt kuitenkin kokivat olevansa ahdistuneempia ja tyytymättömämpiä elämänsä. Tutkielman mukaan nuorilla joilla oli kielteisempi minäkuva, oli myös ongelmia tunne-elämässä ja käyttäytymisessä. (Ylihärsilä 2014.)

5.6 Tutkimus nuorten minäkuvasta ja sosiaalisen median vaikutuksista

Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia nuorten aikuisten näkemyksiä psyykkisestä hyvinvoinnista ja terveellisistä vartaloista. Tutkimukseen osallistui 16–19 vuotiaita nuoria yhteensä 46. (Berry, Spurr & Walker 2013.)

Tutkimuksessa selvisi, että sosiaalisella medialla on negatiivisia vaikutuksia nuorten kehonkuvaan. Lisäksi sosiaalinen media loi nuorille paineita kuulua johonkin tiettyyn ihannemuottiin. Tulokset toivat ilmi sen, kuinka tärkeää sairaanhoitajien on ymmärtää sosiaalisen median vaikutuksia nuoriin ja heidän kehonkuviinsa. Sekä opastaa nuoria terveelliseen sosiaalisen median käyttöön. Tutkimuksessa selvisi myös se, että heillä on tärkeä rooli nuorten mediakasvatuksessa. (Berry ym. 2013.)

5.7 ”Mä oon nyt online!” – Lasten mediaympäristö muutoksessa

Tampereen yliopiston Tiedotusopin laitoksen tutkimuksessa tutkittiin lasten ja nuorten mediakäytön tapoja. Lisäksi pohdittiin heidän mediaympäristön muutoksia. Tutkimus toteutettiin pitkittäistutkimuksena ja se toistettiin kolmen vuoden välein yhteensä neljä kertaa. Kohderyhmä koostui 56 lapsesta ja nuoresta, jotka olivat iältään 5–14-vuotiaita. (Kupiainen, Luostarinen, Noppari & Uusitalo 2008.)

Tutkimuksessa selvisi, että osa 11–14-vuotiaista nuorista käyttivät useita sosiaalisen median kanavia sekä erilaista viestintää monipuolisesti. Internetin käyttö oli suurempaa vanhemmissa ikäluokissa. 5–8-vuotiaat vasta tutustuivat sosiaalisen median käyttöön vanhempiensa kanssa. Lapset kokivat, että pärjäävät hyvin sosiaalisessa mediassa. (Kupiainen ym. 2008.)

6 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUS-ONGELMAT

Seuraavassa luvussa käsitellään tutkimuksen tarkoitusta, tavoitetta sekä tutkimusongelmia.

6.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, millaisena nuoret tytöt ja pojat kokevat oman minäkuvansa ja miten sosiaalinen media on yhteydessä 9.-luokkalaisten tyttöjen ja poikien minäkuvaan. Tutkimuksessa haluttiin myös selvittää, millaisia mahdolliset vaikutukset ovat.

Tutkimuksen tavoitteena oli saada lisää tietoa nuorten sosiaalisen median käytöstä ja sen vaikutuksista heidän elämäänsä. Lisäksi konkreettisenä tavoitteena oli tuottaa lisää tietoa nuorten parissa työskenteleville.

6.2 Tutkimusongelmat

Tutkimuksessa oli pyrkimyksenä saada vastaukset seuraaviin tutkimusongelmiin:

1. Millainen minäkuva nuorilla on?
2. Miten sosiaalinen media vaikuttaa nuorten minäkuvaan?
3. Millaisena nuoret tytöt ja pojat kokevat oman minäkuvansa?

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa käsitellään tutkimuksen kohderyhmää, tutkimusmenetelmää sekä aineiston analysointia. Tutkimuksen tekijät ottivat prosessin alussa yhteyttä Merenkurkun yläasteen rehtoriin. Rehtori ja Vaasan ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan koulutuspäällikkö hyväksyivät joulukuussa 2016 tutkimuksen aiheen opinnäytetyölle. Tämän jälkeen tutkijat tekivät opinnäytetyön tutkimussuunnitelmaa, jonka hyväksyi opinnäytetyön ohjaava opettaja ja sen jälkeen Merenkurkun yläasteen rehtori syyskuussa 2017. Yhteyttä pidettiin säännöllisesti sähköpostin avulla. Opinnäytetyön valmistuttua, työ lähetettiin kohdeorganisaatiolle.

Opinnäytetyön teoriaosuuden tietolähteinä käytettiin kansallisia tutkimuksia, joita löydettiin Cinahl, PubMed ja Medic-tietokannoista. Näiden tietokantojen lisäksi tietoa on saatu aiheeseen liittyvistä kirjallisuudesta sekä Google Scholarista. Haku-
sanoina tietokannoissa käytettiin minäkuva, sosiaalinen media, nuoret ja kehotyytyväisyys. Hakuja tehtiin useamman kerran suomen ja englannin kielellä. Tutkimusten julkaisuvuodet rajattiin vuosiin 2006–2017.

7.1 Kohderyhmä ja aineiston keruu

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat Merenkurkun yläasteen 9.-luokkalaiset tytöt ja pojat. Tutkimukseen osallistuneista oppilaista 56 oli tyttöjä ja 42 poikia. 9.-luokkalaiset valikoitiin kohderyhmäksi, koska he ovat siinä iässä, että minäkuvan muodostumiselle vaikuttavat ympäristö sekä muiden kommentit ja mielipiteet. Nuoret ovat sosiaalisen median aktiivisia käyttäjiä ja tämän takia työssä tarkastellaan nuorten minäkuvan ja sosiaalisen median yhteisvaikutuksia.

Vastaajien alaikäisyydestä johtuen, tutkijat pyysivät vanhemmilta etukäteen luvan tutkimuksen toteuttamiseen. Rehtori lähetti vanhemmille tutkimuksen saatekirjeen (Liite 1) Wilmassa. Wilma on opettajien ja vanhempien välinen sähköinen viestintäjärjestelmä. Vanhemmilla oli oikeus kieltää lapsensa osallistuminen kyselyyn. Myös opiskelija itse pystyi tekemään niin, mikäli ei olisi halunnut vastata tutkimukseen. Kaikki vanhemmat antoivat lastensa vastata kyselyyn. Jäi epäselväksi, miksi

31 opiskelijaa ei vastannut kyselylomakkeeseen. Kaksi kyselylomaketta hylättiin asiattomien vastauksien takia.

Tutkijat veivät kyselylomakkeet koululle syyskuussa 2017 ja opettajat valvoivat kyselylomakkeeseen vastaamista. Opiskelijoille jaettiin kyselylomakkeet opinto-ohjaajan tunnin aikana ja aikaa vastaamiseen oli noin 15 minuuttia. Kun opiskelija oli vastannut kaikkiin kysymyksiin, hän käänsi paperin väärinpäin ja jäi paikalleen odottamaan vastaamisajan loppumista. Tämä lisäsi reliabiliteettia eli luotettavuutta siten, että kaikki saavat vastata rauhassa kyselyyn. Kun lomakkeet kerättiin, ne laitettiin oppilaiden nähden kirjekuoreen, joka suljettiin asianmukaisella tavalla. Jokaiselle luokalle oli erikseen oma kirjekuori vastauslomakkeita varten.

Tutkimuksen eettisyys perustuu siihen, että tutkimuksessa kunnioitetaan tutkimukseen osallistuvien henkilöiden ihmisarvoa ja oikeuksia. Tämä asettaa rajoituksia sille minkälaisia tutkimuksia voidaan tehdä. (Turun yliopisto 2017.) Tässä työssä eettisyys toteutui siten, että tutkimukseen osallistuminen perustui tietoiseen suostumukseen ja se oli aidosti vapaaehtoista. Lisäksi anonymiteetti säilyi koko tutkimuksen ajan. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 219-221.)

7.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimus toteutettiin kvantitatiivisena eli määrällisenä tutkimuksena. Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen (2013, 189) mukaan kvantitatiiviselle tutkimukselle on ominaista tarkastella tutkimuksen validiteettia ja reliabiliteettia. Validiteetti määrittää sen, onko tutkimuksessa mitattu sitä mitä oli tarkoitus mitata. Reliabiliteetti taas kertoo tulosten pysyvyyden. Kyselylomake koostui strukturoiduista monivalintakysymyksistä. Osassa kysymyksistä oli vain kaksi vaihtoehtoa, jota kutsutaan dikotomisiksi muuttujiksi. Tutkimus toteutettiin poikittaistutkimuksena, koska aineisto kerättiin vain kerran (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 56). Aineisto kerättiin paperisella kyselylomakkeella, johon oppilaat vastasivat oppituntiansa aikana.

Kyselylomake koostui 16 kysymyksestä, joista ensimmäisessä kysymyksessä määriteltiin vastaajan sukupuoli. Kysymykset 2–6 käsittelivät minäkuva ja loput 7–16 käsittelivät sosiaalista mediaa (Liite 2).

7.3 Aineiston analysointi

Tutkimuksen aineiston analysointi aloitettiin numeroimalla kyselylomakkeet, minkä jälkeen aineisto syötettiin SPSS-ohjelmaan (Statistical Package for Social Sciences). SPSS-ohjelman avulla muuttujista pystyttiin muodostamaan frekvenssejä ja prosenttiosuuksia. Frekvenssi tarkoittaa kuhunkin luokkaan kuuluvien tilastoyksiköiden lukumäärää (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 132). Kysymykseen ”Muuttaisitko itsessäsi jotakin, jos se olisi mahdollista” tehtiin myös riskiintaulukointi tuloksen merkitsevyyden vuoksi.

Tutkimuksesta saatuja tuloksia havainnollistettiin Microsoft Excel 2013 sovelluksen avulla. Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen (2013, 161) ohjeistavat, että taulukot ovat hyvä keino esittää tiivistetysti tuloksia, joka helpottaa tulosten hahmottamista.

8 TUTKIMUSTULOKSET

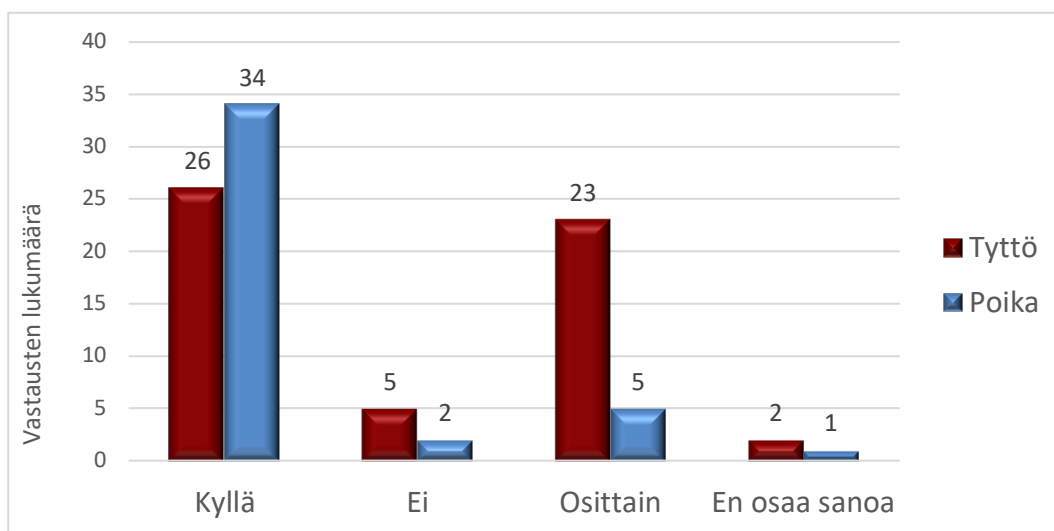
Tässä luvussa analysoidaan tutkimuksesta saatuja tuloksia. Tuloksissa tarkastellaan taustatietojen lisäksi nuorten kokemuksia heidän minäkuvastaan sekä sosiaalisen median käytöstä. Myös nuorten kokemuksia yksinäisyydestä ja kiusaamisesta selvitettiin.

8.1 Taustatiedot

Tutkimuksen kohderyhmä koostui Merenkurkun yläasteen 9.-luokkalaisista tytöistä sekä pojista. Tutkimukseen osallistui 98 oppilasta (N=131), joten vastausprosentiksi muodostui 74,8 %. Tyttöjen osuus vastaajista oli 57,1 % ja poikien 42,9 %.

8.2 Minäkuva

Minäkuva osion ensimmäisessä kysymyksessä kysyttiin, ovatko nuoret tyytyväisiä minäkuvaansa (ks. Kuvio 2). Suurin osa oppilaista (61,2 %) vastasi kysymykseen olevansa tyytyväisiä minäkuvaansa. 28,7 % oppilaista koki olevansa osittain tyytyväisiä minäkuvaansa ja tyytymättömiä minäkuvaansa opiskelijoista oli 7,1 %. 3,1 % vastaajista ei osannut sanoa, ovatko tyytyväisiä minäkuvaansa vai ei.



Kuvio 2. Tyytyväisyys minäkuvaan (n=98).

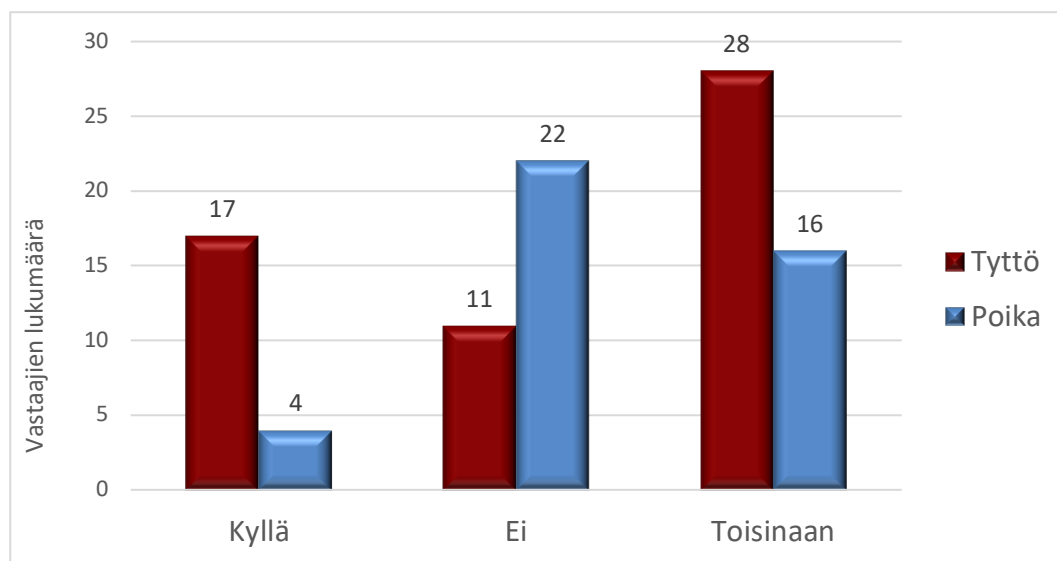
Kysymykseen ”Muuttaisitko jotakin ulkonäössäsi, jos se olisi mahdollista?” 63 op-
pilasta (64,3 %) vastasi kyllä. Loput 33 vastaajaa (33,7 %) kokivat, ettei heillä ole
ulkonäössään mitään muutettavaa. ”Kyllä”-vastaajista 46 oli tyttöjä ja 17 poikia.
”Ei”-vastaajista 8 oli tyttöjä ja 25 poikia. Kaksi kyselylomaketta jouduttiin hylkää-
mään tämän kysymyksen osalta, sillä vastaajat olivat ympyröineet molemmat vas-
tausvaihtoehdot.

Sukupuolten väliset erot kysymyksessä ”Muuttaisitko jotakin ulkonäössäsi, jos se
olisi mahdollista?” olivat tilastollisesti merkitseviä (ks. Taulukko 1). Pearsonin
khiin neliön testin tulokseksi saatiin kolmen desimaalin tarkkuudella $p = 0,000$. Tä-
män tutkimuksen tulosten mukaan tytöt muuttaisivat selkeästi poikia enemmän jo-
takin ulkonäössään, jos se olisi mahdollista.

Taulukko 1. Muuttaisitko jotakin ulkonäössäsi, jos se olisi mahdollista?

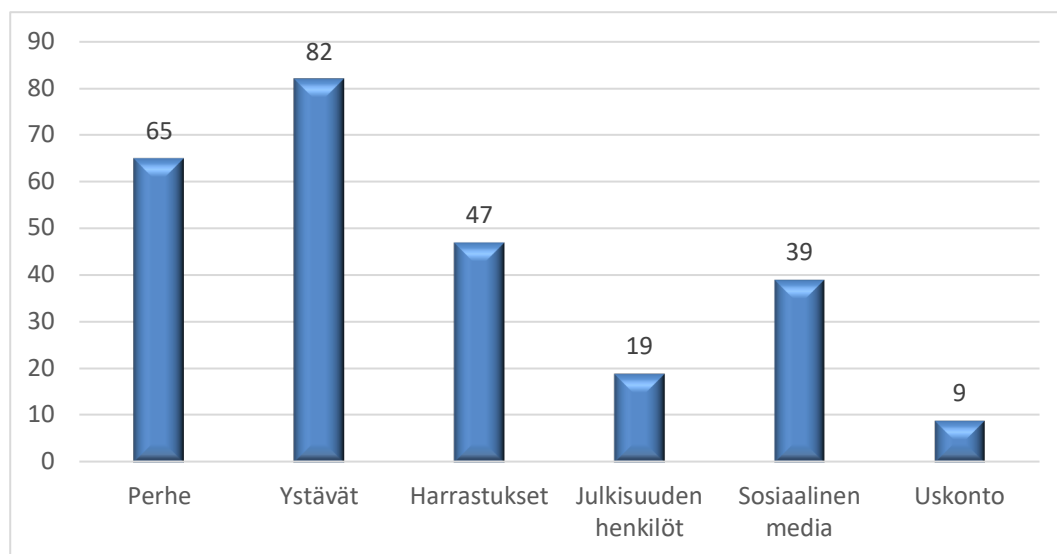
	Tytöt	Pojat	Yhteensä
Kyllä	46 85,2%	17 40,5%	63 65,6%
Ei	8 14,8%	25 59,5%	33 34,4%
Yhteensä	54 100,0%	42 100,0%	96 100,0%

Tuloksista käy ilmi, että lähes puolet (44,9 %) vastaajista vertailee itseään muihin
toisinaan. Noin kolmasosa (33,7 %) vastaajista ei koe tarvetta vertailla itseään mui-
hin. Loput vastaajista (21,4 %) kertoivat vertailevansa itseään toisiin säännöllisesti
(ks. Kuvio 3).



Kuvio 3. Itsensä vertailu muihin (n=98).

Sekä tytöt että pojat kokivat ystävien (31,4 %) ja perheen (24,9 %) vaikuttavan eniten heidän minäkuvaansa. Harrastuksilla (18,0 %) ja sosiaalisella medialla (14,9 %) on myös vaikutusta jonkin verran. Vastaajat kokivat, että julkisuuden henkilöt ja uskonto vaikuttavat vaihtoehtoisista vähiten heidän minäkuvaansa (ks. Kuvio 4). Kuviossa luvut kertovat kuinka moni nuorista tytöistä ja pojista on vastauksen valinnut. Kysymykseen sai valita yhden tai useamman vastausvaihtoehdon.

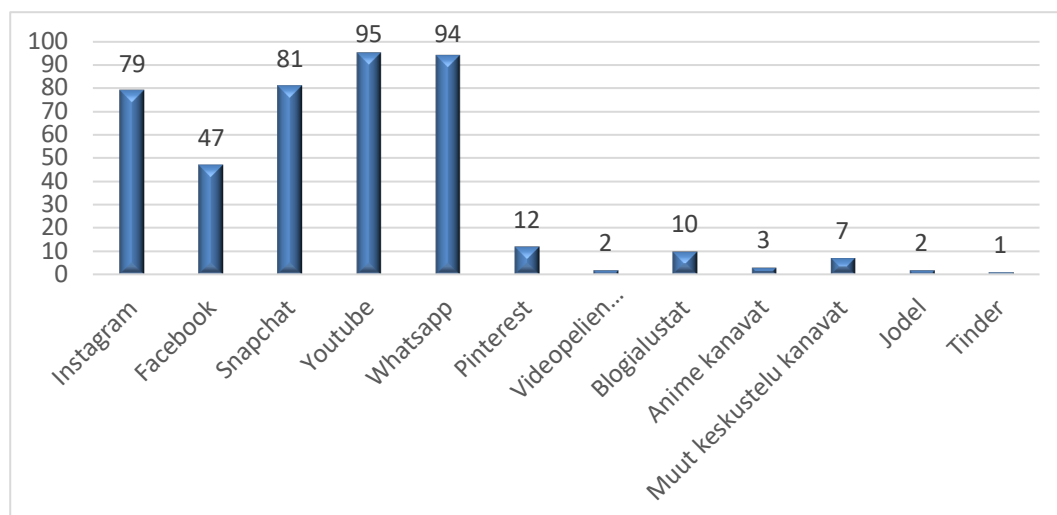


Kuvio 4. Minäkuvaan vaikuttavat asiat (n=261).

Minäkuvaan liittyvissä kysymyksissä viimeisenä kysyttiin ”Koetko olevasi yksinäinen?”. Lähes kaikki vastaajista (84 %) kertoivat etteivät koe olevansa yksinäisiä. Tytöistä 16,4 % ja pojista 7,3 % kokivat olevansa yksinäisiä.

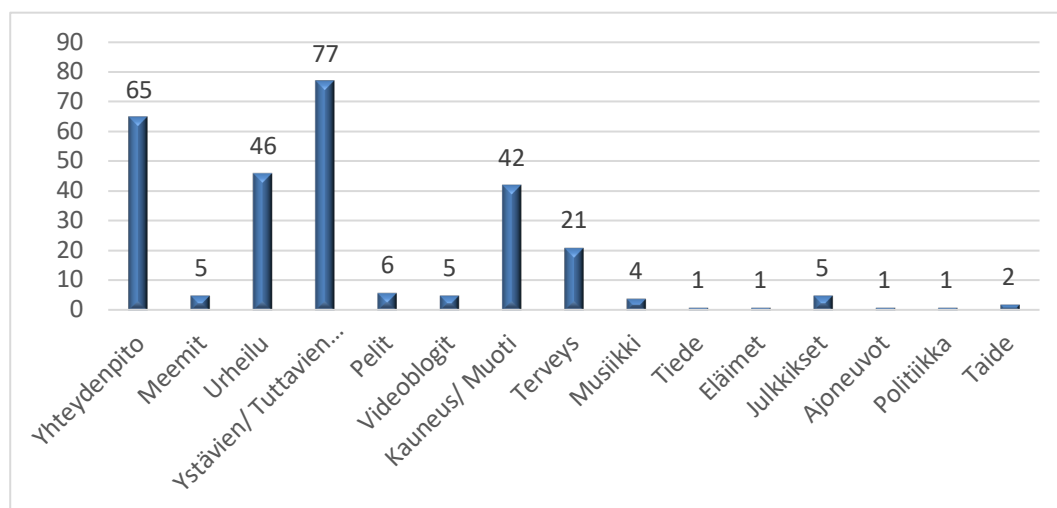
8.3 Sosiaalinen media

”Mitä sosiaalisen median kanavia käytät?” kysymykseen eniten vastauksia tuli YouTube (21,9 %) ja Whatsapp (21,7 %) kanaville. Suosittuja kanavia nuorten keskuudessa ovat myös Snapchat (18,7 %), Instagram (18,2 %) sekä Facebook (10,9 %). Vähiten nuoret kertoivat käyttävänsä muun muassa Pinterestiä, blogialustoja sekä muita keskustelukanavia (ks. Kuvio 5). Kysymykseen sai valita yhden tai useamman vastausvaihtoehdon.



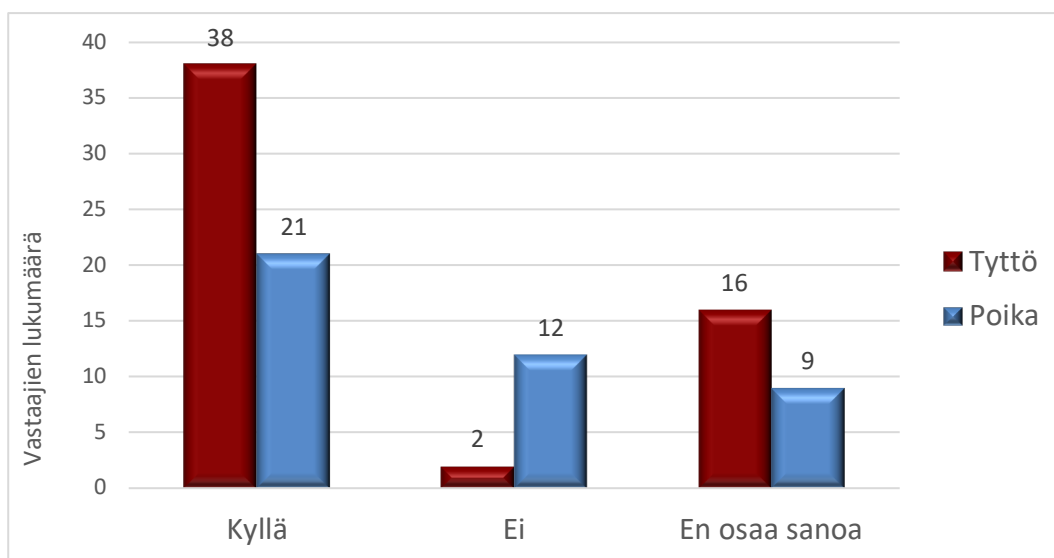
Kuvio 5. Sosiaalisen median kanavat (n=433).

Suurin osa nuorista kertoi seuraavansa sosiaalisessa mediassa ystävien/ tuttaviin päivityksiä (27,3 %), yhteydenpitoa (23,0 %), urheilua (16,3 %) sekä kauneutta/ muotia (14,9 %). Seuraamisen kohteita ovat nuorille myös erilaiset pelit (2,5 %) sekä meemit, videoblogit ja julkisuuden henkilöt (1,8 %). Nuoret saivat valita vastausvaihtoehdoista yhden tai useamman vastauksen (ks. Kuvio 6).



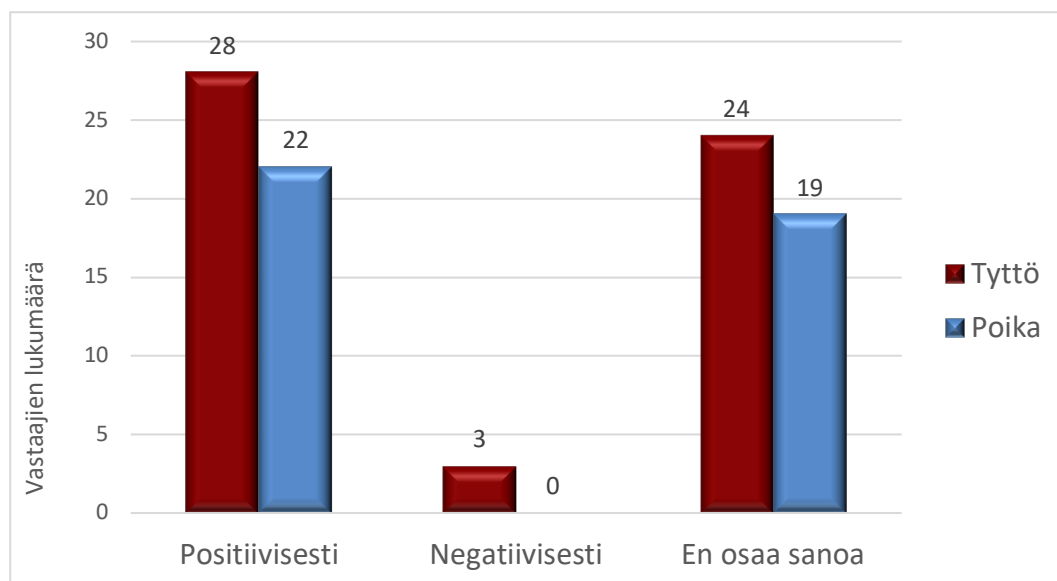
Kuvio 6. Eri sosiaalisten medioiden seuraaminen (n=336).

Suurin osa vastaajista (60,2 %) koki, että sosiaalisella medialla on vaikutusta heidän elämäänsä. Vain 14,3 % vastaajista koki, ettei sosiaalisella medialla ole minkäänlaista vaikutusta heidän elämäänsä. Loput vastaajista (25,5 %) eivät osanneet kertoa onko sosiaalisella medialla vaikutusta vai ei (ks. Kuvio 7).



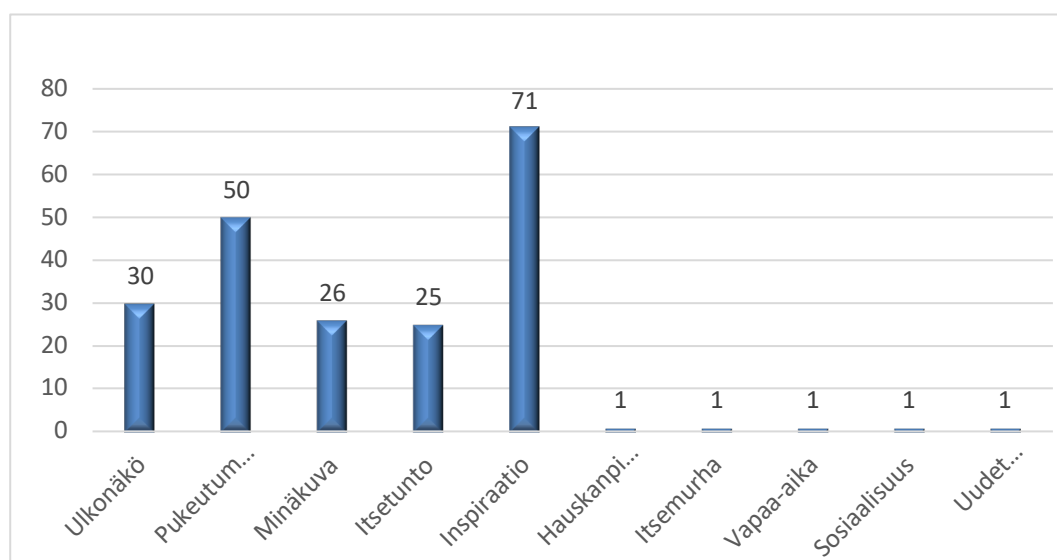
Kuvio 7. Sosiaalisen median vaikutus (n=98).

51 % vastaajista koki, että sosiaalisella medialla on positiivinen vaikutus heidän elämäänsä. 3,1 % kokivat sosiaalisen median vaikutusten olevan negatiivisia. Loput vastaajista (43,9 %) eivät osanneet sanoa, ovatko vaikutukset positiivisia vai negatiivisia (ks. Kuvio 8). Kaksi kyselylomaketta jouduttiin hylkäämään tämän kysymyksen osalta, sillä vastaajat olivat ympyröineet molemmat vastausvaihtoehdot.



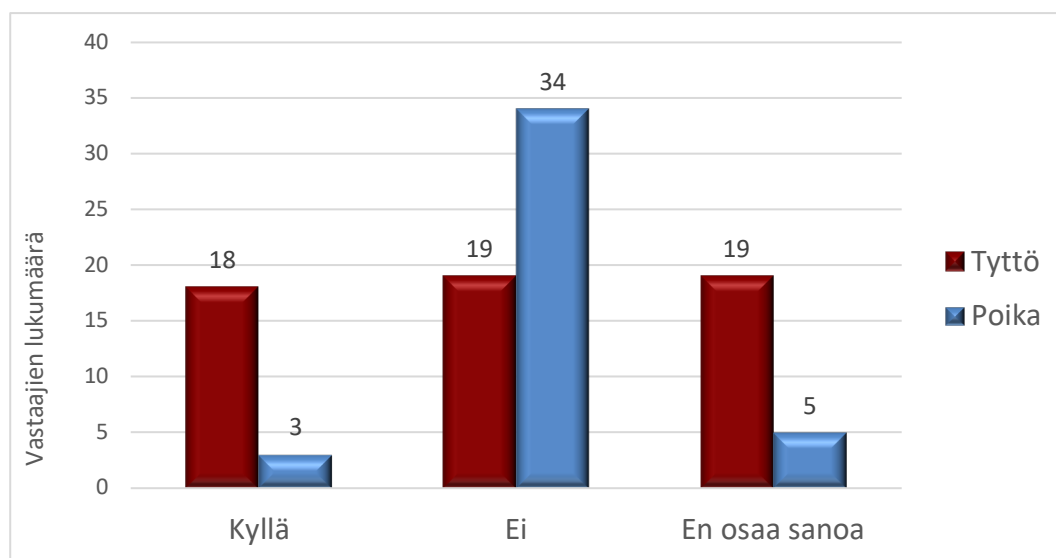
Kuvio 8. Positiiviset ja negatiiviset vaikutukset (n=96).

Kysymykseen ”Millä eri tavoin sosiaalinen media vaikuttaa elämääsi?” vastasi moni nuori, että he saavat sieltä inspiraatiota (34,3 %). Sosiaalinen media vaikuttaa myös pukeutumiseen (24,2 %) sekä ulkonäköön (14,5 %), minäkuvaan (12,6 %) ja itsetuntoon (12,1 %) (ks. Kuvio 9).



Kuvio 9. Sosiaalisen median vaikutus elämään (N=207).

Yli puolet vastaajista (54,1 %) kertoi, etteivät he ole pyrkineet antamaan itsestään todellisuutta parempaa kuvaa sosiaalisessa mediassa. Noin neljännes vastaajista (24,5 %) ei osannut sanoa. Vähemmistö (21,4 %) on pyrkinyt antamaan paremman kuvan itsestään sosiaalisessa mediassa (ks. Kuvio 10).

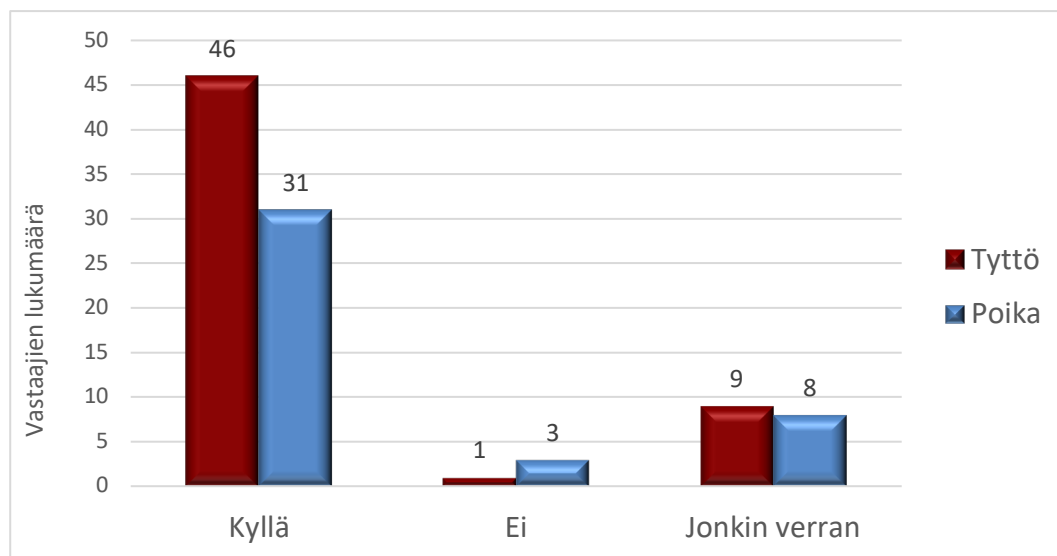


Kuvio 10. Todellisuus sosiaalisessa mediassa (n=98).

Kysymykseen ”Koetko, että mitä enemmän seuraajia sinulla on sosiaalisessa mediassa, sitä parempi itsetunto sinulla on?” lähes kaikki (81,6 %) vastasivat kielteisesti. Vastaajista 42 oli tyttöjä ja 38 poikia. 15,3 % vastaajista kertoivat seuraajien määrän vaikuttavan itsetuntoon. Näistä tyttöjä oli 11 ja poikia neljä. Kolme kyselylomaketta jouduttiin hylkäämään tämän kysymyksen osalta, sillä vastaajat olivat ympyröineet molemmat vastausvaihtoehdot tai eivät vastanneet lainkaan.

Useimmat (78,6 %) 9.-luokkalaisista vastasivat kysymykseen ”Poistaisitko sosiaalisen median julkaisun (esim. kuva tai kirjoitus) jos se ei saa toivomaasi huomiota (esim. tykkäyksiä)?” etteivät näe tarvetta julkaisun poistamiselle. Loput (17,3 %) oppilaista poistaisivat julkaisun. Julkaisua ei poistaisi 36 tyttöä ja 41 poikaa. Oppilaista 16 tyttöä ja yksi poika poistaisivat julkaisun. Neljä kyselylomaketta jouduttiin hylkäämään tämän kysymyksen osalta, sillä vastaajat olivat ympyröineet molemmat vastausvaihtoehdot tai eivät vastanneet lainkaan.

Valtaosa (78,6 %) vastaajien vanhemmista ovat tietoisia lastensa sosiaalisen median käytöstä. Vain muutaman (4,1 %) nuoren vanhemmat eivät ole sosiaalisen median käytöstä tietoisia. Loput (17,3 %) vastaajista kertoivat, että heidän vanhempansa ovat tietoisia vain jonkin verran (ks. Kuvio 11).



Kuvio 11. Vanhempien tietoisuus sosiaalisen median käytöstä (n=98).

Viimeisessä kysymyksessä selvitettiin nuorten kokemaa kiusaamista/ syrjintää sosiaalisessa mediassa. Lähes kaikki (86,7 %) vastasivat, etteivät ole kokeneet kiusaamista tai syrjintää. 12,2 % vastasivat kokeneensa sitä sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisessa mediassa kiusaamista ja/tai syrjintää oli kokenut kahdeksan tyttöä ja neljä poikaa. 48:lla tytöllä ja 37:llä pojalla ei ollut kokemuksia kiusaamisesta tai syrjimisestä sosiaalisessa mediassa. Yksi oppilaista ei vastannut lainkaan kyseiseen kysymykseen.

9 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa tarkastellaan tämän kvantitatiivisen tutkimuksen tuloksia, eettisyyttä, tulosten luotettavuutta sekä vertaillaan niitä aikaisempiin tutkimustuloksiin.

Tutkimuksen yhtenä tutkimusongelmana oli selvittää, miten nuoret kokevat minäkuvansa. Tuloksista kävi ilmi, että suurin osa 9.-luokkalaisista pojista on tyytyväinen minäkuvaansa. Tytöistä suurin osa koki olevansa joko osittain tai täysin tyytyväinen minäkuvaansa. Vaikka tytöt kokivatkin pääsääntöisesti minäkuvansa hyväksi, vastauksen kanssa ristiriidassa oli se, että suurin osa tytöistä muuttaisi itsessään jotakin, jos se olisi mahdollista. Pojista suurin osa ei muuttaisi ulkonäössään mitään. Nuorista itseään muihin vertailevat selkeästi enemmän tytöt kuin pojat, jota myös vahvistaa Inkisen 2016 toteuttama pro gradu tutkielma jonka tuloksista selvisi, että tytöistä suuri osa kokee riittämättömyyden tunnetta koskien ulkonäköään. Tutkimuksessa kävi myös ilmi, että suurin osa tytöistä muuttaisi ulkonäössään jotakin, jos se olisi mahdollista.

Tutkijat halusivat selvittää, mitkä asiat vaikuttavat nuorten minäkuvaan. Selkeästi ystävillä ja perheellä on suurin vaikutus minäkuvan muodostumiseen. Tytöt kokivat poikia enemmän sosiaalisen median vaikuttavan heidän minäkuvaansa. Selkeä enemmistö nuorista ei kokenut tutkimuksen mukaan olevansa yksinäisiä.

Seuraavassa tutkimuksen osa-alueessa tutkittiin sosiaalisen median käyttöä ja sen vaikutuksia nuoreen. Tutkijat halusivat selvittää, mitkä ovat nuorten käyttämät sosiaalisen median kanavat ja mitä nuoret seuraavat pääsääntöisesti sosiaalisessa mediassa. Nuorten keskuudessa suosituimpia sosiaalisen median kanavia olivat selkeästi YouTube, WhatsApp, Snapchat ja Instagram. Seuratuimpia asioita taas olivat ystävien ja tuttavien päivitykset, yhteydenpito muihin, urheilu sekä kauneus ja muoti. Tästä voitaisiin päätellä, että pääasiallisesti nuorten toiminta sosiaalisessa mediassa perustuu ihmisten välisiin interaktioihin, kuten muiden seuraamiseen sekä ulkonäköön liittyviin asioihin. Tätä tukee Kupiaisen ym. (2008) tekemä tutkimus, jossa selvisi, että monet nuoret käyttävät sosiaalista mediaa ja sen kanavia monipuolisesti.

Tutkimuksessa selvisi, että suurin osa vastaajista koki sosiaalisella medially olevan jonkinlaista vaikutusta heidän elämäänsä. Vaikutus koettiin pääsääntöisesti positiivisena. Moni vastaajista ei osannut kuitenkaan määritellä, onko vaikutus enemmän positiivista vai negatiivista. Moni vastaajista kertoi saavansa sosiaalisesta mediasta inspiraatiota sekä vinkkejä pukeutumiseen ja ulkonäköön.

Pojat eivät ole vastausten perusteella pyrkineet antamaan itsestään todellisuutta parempaa kuvaa sosiaalisessa mediassa. Tyttöjen vastaukset kysymykseen jakautuivat tasaisesti. Kaikki vastausvaihtoehdot ”Kyllä”, ”Ei” ja ”En osaa sanoa” saivat lähes yhtä paljon vastauksia. Seuraajien määrä sosiaalisessa mediassa ei pääsääntöisesti vaikuttanut nuorten itsetuntoon. Useimmat eivät myöskään poistaisi sosiaalisen median julkaisua sen saaneen vähäisen huomion takia. Lähes kaikkien nuorten vanhemmat ovat tietoisia lastensa sosiaalisen median käytöstä. Kiusaamista/ syrjintää sosiaalisessa mediassa on kokenut vain selkeä vähemmistö.

Tässä tutkimuksessa kävi ilmi, että nuoret ovat suhteellisen tyytyväisiä (vastaajista 61,2 %) minäkuvaansa. Kuitenkin nuorista jopa 64,3 % muuttaisi jotakin itsestään, mikäli se olisi mahdollista. Nuorista, varsinkin tytöt, vertailevat itseään joko toisiinsa tai useasti muihin. Tätä tulosta tukee Rantalan (2012) toteuttama pro gradu –tutkielma, jossa noin puolet tytöistä ja pojista olivat tyytymättömiä kehonsa kokoon. Myös Inkisen (2010) toteuttama pro gradu –tutkielma tuotti samankaltaisia tuloksia. Tutkimukseen osallistuneista yläasteikäisistä tytöistä suurin osa koki ulkonäössään olevan puutteita. Myös joukkoon kuulumisen koettiin tarpeelliseksi.

60,2 % vastaajista koki sosiaalisella medially olevan vaikutusta heidän elämäänsä. Pääsääntöisesti vaikutukset koettiin positiivisiksi. Suuri osa nuorista ei osannut sanoa onko vaikutus positiivista vai negatiivista. Tämän tuloksen kanssa on ristiriidassa englanninkielinen tutkimus, jonka mukaan sosiaalisella medially on enemmän negatiivisia vaikutuksia nuorten minäkuvaan. (Berry ym. 2013.)

Kettusen (2014) pro gradu –tutkielmassa tutkittiin sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa kiusaamista ja nuorten käsityksiä siitä. Tulosten mukaan useimmilla nuorista oli jonkinlaista kokemusta kiusamisesta. Kiusaamista koettiin eri tavoin. Kettusen (2014) tutkielman tulokset ovat ristiriidassa tämän tutkimuksen tulosten kanssa.

Vastauksista selvisi, että 86,7 % nuorista ei ole kokenut kiusaamista/ syrjintää sosiaalisessa mediassa. Vastaajista vain 12,2 % on sitä kokenut ja näistä kahdeksan oli tyttöjä ja neljä poikia.

9.1 Opinnäytetyön eettisyys

Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen (2013, 214) mukaan tutkimuksen eettisyyttä pidetään kaiken tieteellisen toiminnan ytimenä. Helsingissä tehdyn julistuksen ohjeen mukaan tutkittavan yksityisyys sekä tutkittavan psyykkinen ja fyysinen koskemattomuus on turvattava ja niiden suojaamiseksi sekä persoonallisuutensa kohdistuvien haittojen ehkäisemiseksi on turvauduttava kaikkiin mahdollisiin varotoimiin. Tämä määrällinen tutkimus toteutettiin luottamuksellisesti sekä vastaajien anonymiteettiä suojaten koko prosessin ajan. Vastaajien luottamusta anonymiteetin säilymiseen lisäsi se, kun kyselylomakkeet kerättiin kirjekuoreen ja kuinka kirjekuori suljettiin oppilaiden edessä. Tutkijat hakivat itse suljetut kirjekuoret kohde-organisaatiolta, joten lomakkeet eivät kulkeneet toisten välikäsien kautta. Kirjekuoret avattiin vasta tuloksia analysoidessa ja kyselylomakkeet hävitettiin luotettavasti, kun niitä ei enää tarvittu. Vastaaminen kyselyyn oli täysin vapaaehtoista ja koska tutkimuksen kohderyhmänä olivat alaikäiset, kysyttiin heidän huoltajiltaan lupa kyselyn toteuttamiseen. Tutkimuksen kyselylomakkeessa kysyttiin vain tutkimukselle oleellisia asioita ja kysymykset kunnioittivat eettisiä ohjeita. Vanhemmille lähetetyssä saatekirjeessä (Liite 1) ilmoitettiin tutkijoiden sekä ohjaavan opettajan yhteystiedot ja näiden kautta alaikäisten nuorten vanhemmilla oli mahdollisuus ottaa yhteyttä tutkijoihin.

Tutkimuksessa noudatettiin oikeudenmukaisuutta. Kaikki tutkimukseen osallistuvat olivat tasa-arvoisessa asemassa ja kaikki kyselylomakkeet analysoitiin samalla tavalla. Oikeudenmukaisuus tutkimustyössä tarkoittaa sitä, että tutkija kunnioittaa tutkittavan kulttuurisia uskomuksia ja elämäntapaa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 221.)

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat alaikäiset tytöt ja pojat. Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen (2013, 221) mukaan kohderyhmä on tällöin helposti haavoittuva.

Haavoittuvan ryhmän tekijöihin kuuluu muun muassa heikko autonomia, kyvyttömyys antaa tietoista suostumusta ja riski sivuvaikutuksiin tilansa vuoksi. On tärkeää, että myös lapset osallistuvat hoitotieteellisiin tutkimuksiin. Tällöin heidän mielipiteensä tulevat kuulluksi ja heidän näkemyksensä tietoisuuteen. Tutkimuseettisen ohjeen mukaan Suomessa lapsi voi antaa tietoisesta suostumuksesta 15-vuotiaana. Koska ei ollut varmuutta siitä, ovatko kaikki tutkimukseen osallistuneet jo täyttäneet 15-vuotta, kysyttiin vanhemmilta lupa tutkimuksen toteuttamiseen.

9.2 Tutkimuksen luotettavuus

Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen (2013, 189–190) mukaan kvantitatiivisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan analysoida validiteetin ja reliabiliteetin näkökulmista. Koko kyselylomakkeen luotettavuuden perustana on mittarin sisältövaliditeetti. Sisältövaliditeettia analysoidessa tarkastellaan muun muassa mittaako kyselylomake sitä ilmiötä, jota sen on tarkoitus mitata sekä millainen on mittarin teoreettinen rakenne. Lisäksi valitun kyselylomakkeen tulee olla oikeanlainen ja käsitteet operationalisoitu luotettavasti. Tutkimuksissa on suositeltavaa käyttää jo olemassa olevia kyselylomakkeita, joita on jo testattu. Kvantitatiivisen tutkimuksen reliabiliteetti viittaa tulosten pysyvyyteen, joten käytännössä tämä tarkoittaa kyselylomakkeen kykyä tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Käsite voidaan suomentaa sanoilla luotettavuus, käyttövarmuus ja toimintavarmuus (Menetelmäopetuksen tietovaranto 2008).

Tässä tutkimuksessa tutkijoiden mielestä suurin osa kyselylomakkeen kysymyksistä oli asianmukaisia ja niillä saatiin vastauksia tutkimusongelmiin. Tutkijat toteusivat, että muutama kysymys oli kuitenkin tutkimuksen kannalta mitätön ja nämä olisi voinut jättää pois kyselylomakkeesta. Sisältövaliditeettiä heikentää myös se tekijä, että kyselylomaketta ei esitestattu kenelläkään. Esitestaaminen olisi ollut tärkeä osa tutkimusta koska kyseessä oli tutkimusta varten tehty uusi kyselylomake (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 191). Validiteettiä heikentävänä tekijänä tutkijat kokivat myös sen, että useammassa kyselylomakkeen kysymyksessä oli annettu vastausvaihtoehdoksi ”En osaa sanoa”. Tämä vastausvaihtoehto on helppo valita, jos ei ole suoraa mielipidettä asiasta. Toinen kysymyksiin liittyvä

validiteettiä heikentävä tekijä oli, että muutamat olivat vastanneet kysymykseen epäselvästi.

10 POHDINTA

Kokonaisuudessaan opinnäytetyön toteuttamisprosessi sujui hyvin. Tutkimuksen tekijät eivät olleet aikaisemmin toteuttaneet näin kattavaa ja laaja tutkimustyötä, joten koko työprosessi ja sen toteuttaminen olivat tutkijoille uutta. Tutkimuksen tekijät suunnittelivat huolellisesti heti prosessin alussa tutkimuksen toteuttamisen aikataulun ja tätä noudatettiin tarkasti. Tutkijat olivat toteuttaneet jo aikaisemmin yhdessä useamman työn, joten yhteistyö sujui jouhevasti. Tutkimuksen tekijät oppivat työprosessin aikana kvantitatiivisen tutkimuksen periaatteet ja oppivat käyttämään heille entuudestaan tuntematonta SPSS- ohjelmaa.

Tutkimuksen tekijät valitsivat nuorten minäkuva ja sosiaalista mediaa koskevan tutkimusaiheen, koska tämä tuntui tutkijoista mielenkiintoiselta ja ajankohtaiselta aiheelta. Tutkijat halusivat ottaa myös molemmat sukupuolet mukaan tutkimukseen, jotta nähtäisiin poikien ja tyttöjen väliset erot. 9.-luokkalaiset valikoituvat kohderyhmäksi sillä perusteella, että heidän koettiin olevan tarpeeksi kypsiä vastaamaan todenmukaisesti omaan minäkuvaan liittyvissä kysymyksissä. 9.-luokkalaisten koettiin myös olevan alttiita minäkuvaan vaikuttaville tekijöille. Tyttöjä osallistui tutkimukseen kuitenkin enemmän kuin poikia, joten tutkimuksen tulokset perustuvat hieman enemmän tyttöjen näkökulmaan. Tuloksissa ei voitu vertailla tyttöjen ja poikien vastauksia, sillä ne eivät olleet tilastollisesti merkitseviä. Vain vastauksista kysymykseen ”Muuttaisitko itsessäsi jotakin, jos se olisi mahdollista?” saatiin merkitsevä tulos.

Tutkimuksen toteuttaminen lähti hyvin alkuun ja tutkimussuunnitelman toteuttaminen eteni suunnitellun aikataulun mukaan. Työn tekoa kuitenkin hidastivat lomat sekä käytännön harjoittelut, sillä tutkijat olivat nämä ajat eri kaupungeissa. Työn edetessä tutkijoille kuitenkin tuli yllätyksenä työn laajuus ja tekemisen määrä. Kyselylomaketta alettiin luonnostella hyvissä ajoin ja sitä korjattiin useasti ennen kyselyn toteuttamista. Tutkijat kokivat, että esitestaus olisi ollut tutkimuksen kannalta erityisen tärkeää. Tutkijat kokivat jälkeinpäin, että kyselomakkeesta olisi voinut poistaa ”En osaa sanoa” –vastausvaihtoehdon. Tämä vastausvaihtoehto oli helppo valita vaikeammissa kysymyksissä.

Tutkimuksen tuloksia käsitellessä esille nousi yksi ristiriitainen tilanne. Eräs nuorista oli vastannut, että sosiaalinen media vaikuttaa häneen itsemurhan tavoin. Tutkijat eivät voineet tietää, oliko vastaus annettu tosissaan vai ei. Tutkijat ottivat vastauksen kuitenkin tosissaan ja kertoivat vastauksesta opinnäytetyön kohdeorganisaation terveydenhoitajalle. Näin asiaan reagoitiin asianmukaisella tavalla ja terveydenhoitaja päättää itse jatkotoimenpiteistä. Kyselylomakkeeseen vastattiin nimettömästi, joten tilanteessa ei rikottu vastaajan anonymiteettiä.

10.1 Jatkotutkimusaiheita

Tutkimusta tehdessä ilmeni uusia jatkotutkimusaiheita. Tutkimus voitaisiin toteuttaa useammalla koululla, jolloin tutkimustulokset olisivat kattavampia. Myös tutkimuksen toteuttaminen suuremmalla paikkakunnalla olisi suotavaa, jolloin kulttuurierot voisivat tulla esiin selvemmin. Sama tutkimus olisi myös mielenkiintoista toteuttaa eri ikäryhmissä, esimerkiksi lapset, nuoret ja aikuiset. Tällöin voisi vertailla ikäluokkien välisiä eroja. Jokaiseen ikäryhmään valittaisiin sama määrä vastaajia, jolloin saataisiin luotettava otos.

LÄHTEET

Aalberg, V. & Siimes, M. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Nemo.

Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki. Oy Edita Ab.

Aho, S. & Laine, K. 2002. Minä ja muut – Kasvaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Helsinki. Otava.

Berry, L., Spurr, S. & Walker, K. 2013. Exploring adolescent views of body image: the influence of media. College of Nursing. University of Saskatchewan. Canada.

Haasio, A. 2008. Kaikki irti Internetistä. Helsinki. BJT Finland Oy.

Hintikka, K. 2008. Sosiaalinen media. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaali. Jyväskylän Yliopisto. Viitattu 15.03.2017. <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-media>

Honkonen, K. & Rongas, A. 2016. Mikä ihmeen sosiaalinen media? Sosiaalinen media käsitteenä ja ilmiönä. Viitattu 14.11.2017. http://www.edu.fi/materiaaleja_ja_tyotapoja/tvt_opetuksessa/mika_ihmeen_sosiaalinen_media

Inkinen, M. 2010. Tyttöjen ajatuksia ulkonäöstä ja mediasta. Pro gradu –tutkielma. Terveystieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto.

Lietsala, K. & Sirkkunen, E. 2016. Johdatusta sosiaaliseen mediaan. Viitattu 15.11.2017. http://www.uta.fi/sis/iti/valintakoeteos/Sosiaalinen_media_2016.pdf

Kaisvu, T., Storvik-Sydänmaa, S., Talvensaari, H. & Uotila, N. 2012. Lapsen ja nuoren hoitotyö. Terve lapsi ja nuori. Lapsen ja nuoren kasvu ja kehitys. Sanoma Pro Oy.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Hoitotieteellisen tutkimuksen lähestymistapoja. Helsinki. Sanoma Pro Oy.

Kettunen, M. 2014. Kiusaaminen sosiaalisessa mediassa nuorten keskuudessa. Pro gradu –tutkielma. Viestintätieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto.

Kupiainen, R., Luostarinen, H., Noppari, E. & Uusitalo N. 2008. ”Mä oon nyt online!” – Lasten mediaympäristö muutoksessa. Tiedotusopin laitos. Tampereen yliopisto.

Menetelmäopetuksen tietovaranto 2008. KvantiMOTV. Mittaaminen: Mittarin luotettavuus. Viitattu 16.11.2017. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmäopetus/mittaaminen/luotettavuus.html>

MLL 2010. Terve minä. Minäkuva muotoutuu vuorovaikutuksessa. Viitattu 13.03.2017. <https://mll-fbin.directo.fi/@Bin/6e4ecd3f9ff9ce58c18e4bfeac68901d/1489400856/application/pdf/13118423/MLL%20tukioppilastoiminta%20-Terve%20minä%202010.pdf>

Opetushallitus 2017. Mitä on sosiaalinen media? Viitattu 7.12.2017. http://www10.edu.fi/kenguru/?sivu=mita_on_some

Rantala, S. 2012. Kehotyytyväisyys 13-vuotiailla tytöillä ja pojilla – yhteys ravitsemusohjaukseen, painoon ja murrosiän kehitykseen. Pro gradu –tutkielma. Lääketieteen laitos. Itä-Suomen yliopisto.

Saarniaho, R. 2005. Nuoruuden psykososiaalinen kehitys. Viitattu 06.05.2017. http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps2/3_kehitys_ikakausittain/06_nuoruudenpsykofyysinenkehitys?C:D=gjsZ.eyaY

Sarimaa, S. 2015. ”Pimeästä huoneesta on helpompi huudella” – Yläkoululaisten näkemyksiä kiusaamisesta internetissä. Pro gradu –tutkielma. Viestinnän, median ja teatterin yksikkö. Tampereen yliopisto.

Tilastokeskus 2017. Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö. Internetin käytön yleisyys, useus ja yleisimmät käyttötarkoitukset. Viitattu 27.11.2017. https://tilastokeskus.fi/til/sutivi/2017/13/sutivi_2017_13_2017-11-22_kat_001_fi.html

Turun yliopisto 2017. Tutkimuksen eettisyys. Viitattu 23.05.2017. <https://www.utu.fi/fi/Tutkimus/eettisyys/Sivut/home.aspx>

Väestöliitto 2017. Nuoret. Murrosikä. Viitattu 3.12.2017. <https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/>

Ylihärsilä, V. 2014. Peruskouluikäisen lapsen minäkuva ja sen yhteys tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmiin. Pro gradu –tutkielma. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto

LIITE 1

Hei vanhemmat!

Olemme kolmannen vuoden sairaanhoitajaopiskelijoita Vaasan ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyön Merenkurkun yläasteelle. Tutkimuksemme aiheena on ”Sosiaalinen media ja nuorten minäkuva”. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, mitä vaikutuksia sosiaalisella medially on 9.luokkalaisten tyttöjen ja poikien minäkuvaan. Lisäksi selvitetään, että jos sosiaalisella medially on jonkinlaisia vaikutuksia, niin minkälaisia ne ovat. Tutkimuksen tavoitteena on saada lisää tietoa nuorten sosiaalisen median käytöstä ja sen vaikutuksista heidän elämäänsä. Lisäksi tavoitteena on tuottaa uutta tietoa nuorten parissa työskenteleville.

Teemme kyselylomakkeen 9.-luokkalaisille tytöille ja pojille. Kyselyyn vastaaminen tapahtuu anonymisti paperisella kyselylomakkeella. Kyselyyn vastaajan henkilöllisyys pysyy salassa koko tutkimusprosessin ajan ja kyselyyn vastaaminen on täysin vapaaehtoista.

Koska nuoret ovat alaikäisiä, tarvitsemme Teiltä luvan kyselyn toteuttamiseen. Mikäli ette halua, että lapsenne osallistuu kyselyyn, niin vastatkaa tähän viestiin. Jos tulee jotakin kysyttävää opinnäytetyöstä, niin meihin voi rohkeasti ottaa yhteyttä! Meidät tavoittaa parhaiten sähköpostin välityksellä.

Ystävällisin terveisin

Essi Fonsén & Henni Tanila

LIITE 2

Hei 9.-luokkalainen!

Olemme kolmannen vuoden sairaanhoitajaopiskelijoita Vaasan ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä Merenkurkun yläasteelle ja haastattelemme siihen 9.-luokkalaisia tyttöjä ja poikia. Tutkimuksen aiheena on sosiaalinen media ja sen vaikutukset nuorten minäkuvaan. Kysely toteutetaan nimettömänä ja siihen vastaminen on vapaaehtoista. Vastaajan anonymiteetti säilyy salassa koko tutkimusprosessin ajan. Vastauspaperit kerätään ja hävitetään luotettavasti.

Ympyröi oikea vaihtoehto.

1. Sukupuoli

1. Tyttö
2. Poika

MINÄKUVA

Minäkuva määrittää sen, minkälaisena yksilö pitää itseään taustaltaan, asenteiltaan, arvoiltaan, ulkonäöltään, tunteiltaan ja ominaisuuksiltaan. Minäkuva on perustana ihmisten kokemuksille, se ohjaa ihmisen toimintaa ja pitää psyykkisesti tasapainossa.

2. Oletko tyytyväinen minäkuvaasi?

1. Kyllä
2. Ei
3. Osittain
4. En osaa sanoa

3. Muuttaisitko jotakin ulkonäössäsi, jos se olisi mahdollista?

1. Kyllä
2. Ei

4. Vertailetko itseäsi muihin?

1. Kyllä
2. Ei
3. Toisinaan

5. Mitkä asiat vaikuttavat minäkuvaasi? (Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon)

1. Perhe
2. Ystävät
3. Harrastukset
4. Julkisuuden henkilöt
5. Sosiaalinen media
6. Uskonto

6. Koetko olevasi yksinäinen?

1. Kyllä
2. Ei

SOSIAALINEN MEDIA

Sosiaalisessa mediassa sana sosiaalinen käsittää ihmisten välisen kanssakäymisen ja media taas tarkoittaa informaatiota, sekä erilaisia kanavia, joilla sitä jaetaan ja välitetään. Sosiaalisen median avulla käyttäjät voivat kommentoida, jakaa sisältöjä ja tutustua uusiin ihmisiin, eivätkä he ole vain vastaanottajan roolissa.

7. Mitä sosiaalisen median kanavia käytät? (Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon)

1. Instagram
2. Facebook
3. Snapchat
4. YouTube

5. Pinterest
6. WhatsApp
7. Muu, mikä? _____

8. Mitä seuraat sosiaalisessa mediassa? (Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon)

1. Yhteydenpito
2. Ystävien/tuttavien päivitykset
3. Urheilu
4. Kauneus/muoti
5. Terveys
6. Muu, mikä? _____

9. Koetko, että sosiaalisella medially on vaikutusta elämääsi?

1. Kyllä
2. Ei
3. En osaa sanoa

10. Koetko, että sosiaalinen media vaikuttaa sinuun enemmän

1. Positiivisesti
2. Negatiivisesti
3. En osaa sanoa

11. Millä eri tavoin sosiaalinen media vaikuttaa elämääsi? (Voit valita yhden tai useamman vaihtoehdon)

1. Ulkonäkö
2. Pukeutuminen
3. Minäkuva
4. Itsetunto
5. Inspiraatio
6. Muu, mikä? _____

12. Oletko pyrkinyt antamaan itsestäsi todellisuutta paremman kuvan sosiaalisessa mediassa?

1. Kyllä
2. Ei
3. En osaa sanoa

13. Koetko, että mitä enemmän seuraajia sinulla on sosiaalisessa mediassa, sitä parempi itsetunto sinulla on?

1. Kyllä
2. Ei

14. Poistaisitko sosiaalisen median julkaisun (esim. kuva tai kirjoitus) jos se ei saa toivomaasi huomiota (esim. tykkäyksiä)?

1. Kyllä
2. Ei

15. Ovatko vanhempasi tietoisia sosiaalisen median käytöstäsi?

1. Kyllä
2. Ei
3. Jonkin verran

16. Oletko kokenut kiusaamista/syrjintää sosiaalisessa mediassa?

1. Kyllä
2. Ei

Kiitos vastauksista!